Елена
Микульчик
Лучшие блюда
белорусской
кухни

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Это издание станет замечательным подарком не только для тех, кто хочет познакомиться с белорусской кухней и научиться готовить, но и для желающих приятно провести время с книгой в руках. Вы сможете узнать: историю происхождения блюд, что ели простые крестьяне, а что подавали на стол вельможам. Вы познакомитесь с жизнью белорусов через кулинарию. Вы сможете попробовать на вкус саму историю!

- Елена Микульчик
  -
  - О белорусской кухне
  - Первые блюда
    -
    - Затирка
    - Лакшины
    - Борщ
    - Щи из свежей капусты
    - Поливка с курицей
  - Блюда из картофеля
    -
    - Кишки картофельные
    - Копытки
    - Драники
    - Бабка со свининой
    - Картофельная тушенка с грибами
    - Таркованка со свежими яблоками
  - Блюда из рыбы
    -
    - Рыба, тушенная в молоке
    - Рыбные галки
    - Фаршированная щука
    - Судак по-немански
  - Блюда из мяса и птицы
    - Баранина по-старолитовски
    - Мачанка
    - Пячиста с грибной поливкой
    - Колбаски свиные с гречкой
    - Колдуны со свининой и грибами
    - Голубцы с грибами и свининой
  - Блюда из зерновых культур
    - Кулеш молочный с тыквой

- Оладьи из овсяных хлопьев
- Закуски
  -
  - Полендвица
  - Студень
  - Скибка с зеленью
- Мучные изделия и десерты
  - Пирог черничный с крушанками
  - Коврижка
  - Пряники смаком
  - Цукаты апельсиновые
  - Блины по старинному рецепту
  - Крендель
  - Яблоки, запеченные с брусникой
  - Налистники с творогом
  - Кулага черничная
- Напитки (алкогольные и безалкогольные)
  -
  - Крамбамбуля
  - Мятная наливка
  - Сбитень
  - Морс брусничный
  - Кисель из красной смородины

Елена Микульчик
Лучшие блюда белорусской кухни

© Елена Микульчик, 2015
© Электронная кнігарня, 2015

* * *

О белорусской кухне

Белорусская кухня зародилась еще в давние языческие времена и имеет богатую историю и многовековые традиции.

Белорусы располагали сравнительно небольшим набором продуктов, но смогли создать уникальную кухню благодаря своей фантазии и любопытству. Смешивая разные, на первый взгляд несовместимые продукты, используя несколько способов обработки в одном рецепте, белорусы создавали новые блюда. Очень часто за основу брался какой-либо понравившийся кулинарный образец из кухни других народов, постепенно рецептура такого блюда изменялась под влиянием традиционных методов обработки и доступностью тех или иных ингредиентов. Таким образом, на формирование белорусских кулинарных традиций оказывали влияние кухни разных народов: это русская, украинская, литовская, польская, немецкая, итальянская, еврейская. И, конечно же, в национальной кухне можно найти большое количество блюд, характерных только для Беларуси.

Итак, что же было на столах белорусов?

Это злаки. Овес, рожь, ячмень, гречка, позже, во второй половине XIX века получила распространение пшеница.

Бобовые: горох, фасоль, чечевица.

Молоко и кисломолочные продукты. Сыры.

Рыба. В основном это речная, так как на территории Беларуси много рек, озер и других водоемов, но была и привозная морская рыба.

Дары леса — ягоды, грибы, съедобные части диких растений.

Мясо. На первом месте по употреблению была свинина, затем баранина, и только потом говядина и телятина. Современный белорус предпочитает свинину и говядину, забывая о давних традициях употребления баранины.

Птица. Это куры, утки, гуси, дикая птица. До XX века большое распространение имело разведение и употребление гусей и уток, так что в старинных рецептах вы найдете именно этих домашних птиц. В наше время предпочтение отдается куриному мясу.

В белорусской кухне широко используются куриные яйца.

Овощи. Испокон веков белорусы в своем рационе уделяли огромное внимание блюдам из овощей. В основном это было связано с христианской религией, которая предписывала соблюдать строгие посты. Так, в году постных дней насчитывалось от 192 до 216. Издревле белорусы выращивали капусту, свеклу, огурцы, редьку, репу, тыкву, кабачки, морковь, лук, чеснок, позже (конец XVIII — начало XIX века) появились такие культуры как

картофель, томаты, кукуруза. Но именно картофель произвел кулинарную революцию в меню белорусов, которым он так полюбился этот корнеплод, что спустя всего два столетия они уже считают его своим «вторым хлебом». Такого разнообразия блюд из картофеля сложно найти в кухнях других народов. Это связано с тем, что на территории Беларуси благодаря хорошим климатическим условиям вырастает картофель с большим содержанием крахмала, что обуславливает высокие вкусовые качества. Такое знаковое блюдо белорусской кухни как драники, в состав которого помимо картофеля входит только лук и соль, возможно вкусно приготовить только из местных сортов этого корнеплода.

Специи в белорусской кухне используются не в большом количестве, здесь предпочитают естественный вкус продуктов. Наиболее используемые специи в национальных блюдах это — тмин, кориандр, укроп, черный перец, гвоздика, корица. С давних времен существует традиция выставлять на стол соль и перец.

Десертов в белорусской кухне как таковых нет, их заменяли ягоды, фрукты, мед.

Достойны внимания традиционные алкогольные напитки такие как пиво, крамбамбуля, померанцевка, хреновуха и, конечно же, самогонка, а также всевозможные ликеры и наливки. Из безалкогольных напитков рекомендую обязательно продегустировать сбитень, квас, узвары и морсы.

Белорусские блюда — очень сбалансированные и полезные для здоровья. Не зря идеалом красоты для белорусов всегда была стройная девушка, в отличие от наших русских соседей, где предпочитали барышень с пышными формами. Для того чтобы правильно питаться или похудеть, используя белорусское меню, нужно не только знать, как приготовить то или иное блюдо, но и время его употребления. Например, если вы будете согласно старинной традиции белорусов драники жарить только на завтрак, то вы приобретете только вкусную трапезу и хорошее настроение, а не лишние килограммы.

Белорусы очень гостеприимные и щедрые люди, всегда рады гостям. О славянском гостеприимстве ходят целые легенды, и вы, приехав в этот красивый край, под названием Республика Беларусь, убедитесь в правдивости людской молвы. А блюда белорусской кухни не оставят вас равнодушными и на долго покорят ваше сердце и желудок. И как говорят белорусы: «Смачна вам есці!». Добро пожаловать в Беларусь!

Елена Микульчик,

эксперт белорусской кухни, кулинарный критик

Первые блюда

Затирка — знаковое блюдо белорусской кухни. Это что-то напоминающее маленькие клецки из муки, яиц и воды, которые долго «затирали» и только потом отваривали в молоке или в воде с добавлением молока. Так и появилось название этого блюда — от технологии приготовления. Затирка чаще всего появлялась на столах простых крестьян и очень часто ее готовили, когда муки оставалось совсем мало для выпечки хлеба. Эта незатейливая еда чаще всего готовилась на завтрак.

Затирка

Для того чтобы приготовить затирку для большой семьи, вам нужно:

1,5 стакана пшеничной муки
1–2 яйца
40–60 г сливочного масла
6–7 стаканов молока
соль и сахар по вкусу

Просеянную муку поджарить на сковороде без масла до золотистого цвета (а можно этого и не делать), добавить немного воды, яйца, соль, масло (половину нормы). Все перемешать до получения однородных комков. Теперь вы понимаете, откуда такое название — затирка. В кипящее молоко всыпьте то, что у вас получилось, проварите 5–7 минут на маленьком огоньке, постоянно помешивая. Затем добавить оставшееся масло, соль, сахар. Ну, вот, собственно говоря, и все. Кушать подано!

Лакшины

Лакшины — удивительное блюдо, которое наилучшим образом отражает такие качества белорусского народа, как изобретательность, экономность и трудолюбие. Да, еще и безграничную любовь к картошке. Только приготовив это блюдо, вы согласитесь с этим высказыванием.

Возьмите 8–10 столовых ложек картофельного крахмала,

соль, сахар, немного воды или молока, можно 1 яйцо и замесите тесто как на тонкие блины. Сейчас вы покупаете крахмал в магазине, а раньше он добывался в домашних условиях или оставался как побочный продукт после приготовления блюд из клинкованной массы (очищенный, натертый и отжатый картофель). Не пропадать же добру! Дальше необходимо испечь блины. Технология всем известна: смазать сковороду сальцем или луковицей, наколотой на вилку, которую предварительно обмакнули в растительное масло, налить немного теста, когда подрумянится одна сторона, перевернуть на другую. Так как это крахмал, то блины получаются бледными.

Следующий этап — нарезать блины в виде соломки и подсушить в духовке до легкого золотистого цвета. Это и есть лакшины. Можете попробовать, чем-то напоминают чипсы. В таком виде наши предки, скорее всего, укладывали этот полуфабрикат в полотняные мешочки и хранили там, где всегда сухо и нет влажности.

И вот в один прекрасный день хозяйка брала сухие лакшины, заливала горячим молоком, добавляла сахар, соль, сливочное масло и ставила в печь, в нашем случае в духовку, на 30 минут. Ароматный, нежный молочный суп готов. Согласитесь, белорусы — гениальная нация!

А если в тесто для лакшин добавить чуть соли и паприки, то в сухом виде они очень хорошо сочетаются с пивом. Достойная замена чипсам.

Борщ

Борщ — старинное славянское блюдо. Первоначально основу борща составляло растение под названием «борщевик», откуда и название. Это была вегетарианская похлебка из борщевика до тех пор, пока славяне не стали выращивать свеклу. Есть версия, что на территории России, Украины и Беларуси этот корнеплод появился благодаря Христианству. Первые монахи, проповедующие язычникам христианскую религию, были из Византии, они познакомили славян с новой сельскохозяйственной культурой. Постепенно свекла стала частым гостем на столах бывших язычников и обязательной составляющей борща. Русские, украинцы, белорусы одинаково любят это первое блюдо, но готовят по-своему, изменяя рецептуру согласно своим кулинарным традициям и доступным продуктам.

Интересный факт: Екатерина II очень любила борщ и заказывала его своим поварам почти каждый день. Так, давайте мы последуем примеру ее величества и приготовим настоящий борщ.

Как правило, борщи готовят на мясном бульоне. Подойдет как свинина, так и говядина. Если мясо с косточками, их обязательно дробят вдоль, а хрящевые части разнимают. Продолжительность варки костей — 4–6 часов, мяса — 2–2,5 часа. После того как вода закипит, бульон продолжаем варить на слабом огне. При варке мясокостного бульона вначале варим кости, а потом, за 2 часа до окончания их варки, закладываем мясо и доводим до готовности. Мясо вынимаем из бульона и начинаем готовить на бульоне овощную часть борща. Мясо же вернем обратно лишь за 10–15 минут до готовности блюда. С

овощной составляющей познакомимся более подробно.

Вам понадобится:
4,5–5 л мясокостного бульона (который вы уже сварили)
3 среднего размера свеклы
3 картофелины
¼ вилка небольшого кочана капусты
1 морковь
1 луковица
1 небольшой корень пастернака или петрушки
1 столовая ложка уксуса
1 столовая ложка сахара
1 столовая ложка растительного масла
3 зубчика чеснока
1 столовая ложка молотых семян тмина и кориандра
несколько лавровых листиков, перец, соль по вкусу
сметана и зелень петрушки

Свеклу очищаем, нарезаем соломкой, добавляем бульон (приготовленный заранее), сахар и тушим в закрытой посуде сначала на сильном огне, а после закипания — на маленьком. Чтобы свекла сохранила насыщенный красный цвет, добавляем уксус, а чтобы не подгорела, периодически помешиваем и, по мере необходимости, доливаем бульон или воду. За 30–40 минут она будет готова.

Пока тушится свекла, подготовим остальные овощи. Картофель очистить, помыть и порезать. Капусту нашинковать. Морковь, лук, корень пастернака очистить. Лук и пастернак мелко нарезать, морковь натереть на крупной терке, затем все вместе обжарить на масле.

Приготовленный бульон доводим до кипения и закладываем в него картофель, капусту, тушеную свеклу, пассерованные овощи, тмин, кориандр, лавровый лист, перец, соль, чеснок. Очень важна последовательность закладки овощей в бульон — строго в зависимости от продолжительности их варки. Картофель закладываем за 30 минут до готовности, капусту —

за 20 минут, свеклу в подготовленном тушеном виде — за 15 минут, лук, морковь, пастернак — за 10 минут, пряности — за 5–8 минут, мелко нарезанный или толченый чеснок (отдельно от остальных пряностей) — за 2 минуты. Правила несложные, но их соблюдение позволит достичь великолепного вкуса. Да, надеюсь, вы не забыли про мясо?

Разливаем готовый борщ по тарелкам, куда добавляем сметану и рубленую зелень петрушки.

Знатоки утверждают, что борщ наиболее вкусен на следующий день. А вы любите вчерашний борщ? Тогда приходите завтра!

Щи из свежей капусты

Обстоятельства возникновения такого классического горячего блюда, как щи, следует искать не столько в географии, сколько в истории. Основной компонент этого супа — капуста — хорошо был известен еще в античном Риме, а к славянам попал из Византии вместе с христианской верой. Новая религия предписывала соблюдать длительные посты, поэтому бывшие язычники со всей своей смекалкой и сообразительностью вынуждены были скомбинировать такое блюдо, которое поддерживало бы их силы и не противоречило духу аскетизма, который ревностно проповедовало духовенство.

Конечно, щи были созданы не в один день. На это потребовалось время: должна была сказаться наблюдательность народа, его умение терпеливо пробовать различные варианты.

Но с исторической точки зрения изобретение щей произошло быстро: уже в X веке они стали преобладающей едой у славян, хотя впервые упоминаются еще в IX веке. Освоив византийскую капусту как «свой» овощ, наши предки приняли как должное привнесенную греческими монахами привычку добавлять в пищу йогурт. Только заменили его на кислое молоко и сметану — ввиду невозможности сохранять в те времена йогуртовые культуры.

А знаете, чем отличаются щи от всех других блюд? Они никогда не приедаются! Щи могут потребляться ежедневно, но тем не менее не надоедают. Это обстоятельство было замечено уже в древности, что нашло отражение в пословице: «Родной отец надоест, а щи — никогда!»

Существует множество вариантов приготовления щей, единственное условие тепловой обработки — довести сочетание компонентов, какие бы они ни были, до такой степени, чтобы они слились в одно целое, достигли наилучшего вкуса. Что же касается точных пропорций всех компонентов, то они должны отвечать исключительно индивидуальному вкусу и интуиции, а также опыту. Именно в этом и состоит секрет поразительной «живучести» этого древнего блюда.

Щи готовят на мясном, рыбном, грибном бульонах и на воде. Мясные щи подают с кусочками мяса, рыбные — с кусочками рыбы, грибные — с грибами или с грибными «ушками» (что-то вроде пельменей с грибным фаршем внутри).

Мы же с вами будем готовить щи из свежей капусты с курицей. Для этого нам понадобится:

500 г курицы, нарезанной кусочками (ножки, крылышки, грудка — все, что есть у хозяйки на кухне)
500 г свежей капусты 3 картофелины
1 морковь
1 луковица
столовая ложка растительного масла или жира
3–4 лавровых листа
черный перец, соль по вкусу
сметана и зелень в тарелку

Куски курицы промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить на сильный огонь. Когда вода закипит, снять пену, уменьшить температуру и варить 20 минут.

Капусту нашинковать, картофель нарезать ломтиками и последовательно отправить в бульон на ближайшие 15 минут. За это время натереть морковь на крупной терке, мелко нарезать лук и все вместе обжарить до полуготовности, затем добавить в суп на 10 минут.

Чуть позже, за 3–5 минут до окончания варки, не забудем положить лавровый лист, перец и соль. Из готовых щей можно достать кусочки курицы, для того чтобы отделить мясо от костей. При подаче на стол в каждую тарелку положить филе курицы, полить сметаной и посыпать зеленью. А можно сметану смешать со сливками, тогда щи у нас будут «богатые».

К щам подают только черный хлеб.

Поливка с курицей

Поливка — старинное белорусское название первых блюд, за исключением тех, которые имели особые имена (борщ, щи, рассольник и др.). Однако и поливка поливке рознь! Поливки бывают разные: например, поливка на основе пива называлась граматкой, из гусиной или свиной крови — черной.

Именно с последней, черной поливкой связан очень

интересный обычай. Если жених приезжал свататься к родителям невесты, а те готовились дать ему от ворот поворот, то на столе появлялась пресловутая *черная* поливка. Жених понимал, что ему тут не рады, и уезжал не солоно хлебавши. Чтобы избежать такого унижения, можно было сначала послать свата на разведку.

Мнений насчет вкуса этого блюда из «черной крови» бытует в принципе два — *«очень вкусно и просто»* и *«слишком просто и совершенно невкусно»*. По поводу последнего высказывания сразу вспоминается история про знаменитую спартанскую «черную кровяную похлебку». Ничего лишнего в жилье — ничего лишнего в еде. Спартанцы обедали не дома, а в казармах: каждый отряд вместе. Главным кушаньем была черная кровяная похлебка из свинины с чечевицей, уксусом и солью. Она была невероятно питательна и невероятно противна на вкус. Спартанцы ею гордились. Персидский царь, когда был в Греции, заставил пленного спартанца сварить ему такую похлебку, попробовал и сказал:

«Теперь я понимаю, почему спартанцы так храбро идут на смерть: им милее гибель, чем такая еда».

Существовала и другая популярная поливка — граматка, которая готовилась на основе пива и заправлялась сырыми яичными желтками, сметаной, творогом и разными специями (тмин, корица). Принято было есть граматку с гренками. Говорят, что большим поклонником граматки был король и великий князь Жигимонт (Сигизмунд) Старый. Этот вид поливки был не только блюдом, но и своеобразным десертом, который заменял так привычные для нас чай и кофе, вытеснившие граматку только в XVII веке.

Не буду предлагать вам заменить привычную чашечку кофе — пивом с сырыми яйцами и сметаной или попробовать вампирский для нашего времени вариант с кровью, а приглашаю приготовить поливку с курицей. Рецепт хоть и старинный, но не такой шокирующий.

Итак, нам понадобится:

300 г курицы
3 картофелины
40 г сливочного масла
1 луковица
1 корень пастернака или сельдерея
100 г свежих грибов
сметана
соль, черный перец, лавровый лист
зелень (петрушка, укроп)

Курицу залить холодной водой, довести до кипения, уменьшить огонь, снять накипь и варить 20–25 минут. Достать мясо из бульона, дать остыть и отделить от костей. Грибы, а это могут быть подберезовики, подосиновики, маслята, моховики и, конечно же, боровики, по отдельности или можно все вместе, почистить, помыть, нарезать кусочками и отварить. Хотя боровики лучше готовить отдельно, поскольку вкус у них изумительный — грибы заслуживают особого подхода. Любители «грибков» могут взять и большее количество даров леса. Подойдут и сухие, и замороженные грибы. Лук и коренья очистить, мелко нарезать и обжарить на масле.

Финальная часть таинства приготовления поливки: в глиняный горшок положить отварное куриное мясо, отварные грибы, пассерованные овощи.

Смешать куриный и грибной бульоны, посолить, поперчить и этой смесью залить содержимое горшочка. Не забудьте положить несколько листиков лаврового листа и — в духовку, на 25 минут. При подаче можно добавить сметаны и рубленой зелени.

Поливка получается достаточно густая и сытная, как любили наши предки.

Блюда из картофеля

Не удивляйтесь такому странному названию. Так раньше называли все виды колбас. Ведь что такое колбаса? Это какая-либо начинка (мясо, сало, крупы) в оболочке из кишок животных (свиньи или коровы).

В старобелорусских источниках колбаса упоминается только под названием «кишка». По легенде, фамилия древнего дворянского рода Кишак происходит от того, что его основатель — то ли Петр, то ли Станислав — очень любил кишки. А было это еще в XV веке. Широкое распространение картофеля в Беларуси в XIX веке произвело кулинарную революцию. На свет появился новый вид кишки — картофельной с луком и шкварками или со свининой. Со временем словом «кишки» начали называть только такой вид колбасы.

В то же время традиционная для Беларуси колбаса из гречки и крови приобрела название «кровянка». К сожалению, картофельную колбасу редко встретишь в меню ресторанов, только кое-где в деревнях еще не забыли этот рецепт.

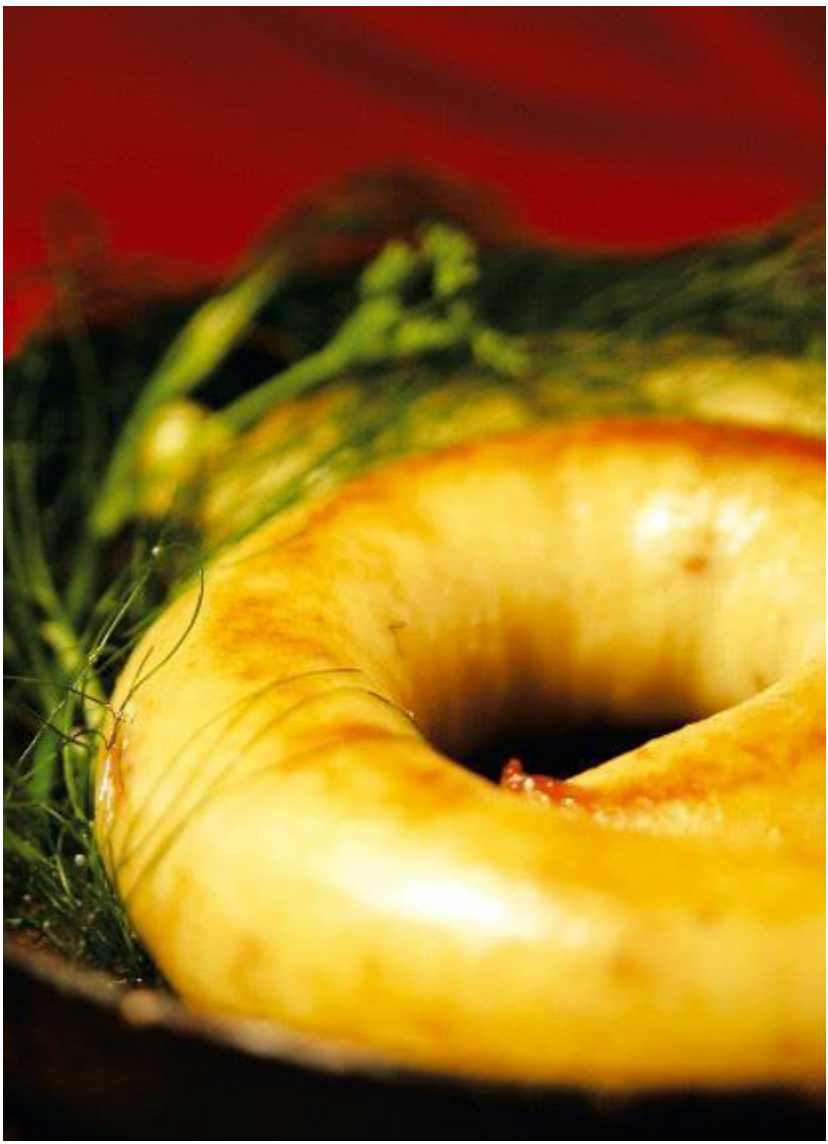
Кишки картофельные

Для приготовления картофельной кишки вам понадобятся: свиные кишки (продаются метражом, как тесемочки или какие-нибудь ленточки) — около 2 метров

6–8 картофелин

150–200 г свинины луковицы

1 яйцо растительное масло для жарки соль, перец



Картофель очистить и натереть на крупной терке, а одну луковицу на мелкой и добавить к картофелю. Это делается не только для вкуса, но и для того, чтобы картофель не потемнел. Свинину и оставшуюся луковицу пропустить через мясорубку. В картофельную массу добавить получившийся мясной фарш, яйцо, соль, перец. Хорошо перемешать.

Следующий важный этап — наполнение кишки картофельной массой. Это можно сделать с помощью специальной насадки для мясорубки. Надеваем кишку на эту насадку и заполняем, не забывая завязать концы.

Можете сделать одну большую колбасу или много маленьких, дело вашего вкуса и настроения. Главное, не забыть проколоть маленькой иголкой колбаски в нескольких местах.

Перед употреблением кишку нужно отварить в слегка подсоленной воде 20 минут и обжарить с обеих сторон на растительном масле до приятного золотистого цвета — и сразу к столу.

А сколько метров колбасы вы сможете съесть за один раз?

Копытки

Копытки — это традиционная белорусская еда, нечто вроде клецек, по форме напоминает копытца какого-либо животного, например, козы. Скорее всего, именно это сходство и дало название блюду. Чаще всего копытки готовятся из таркованной массы (натертый картофель вместе с выделившимся соком), но встречаются варианты рецептов, где используются и отварной картофель, и сырая клинкованная масса (когда сок отжимается). Но неизменно одно: копытки сначала запекаются, а затем отвариваются. Хороши они как самостоятельное блюдо с обжаренным лучком и грудинкой, так и в виде гарнира, например, к мясу.

Предлагаю эксперимент: попробуйте заменить картофель фри копытками. Технология приготовления совсем не сложная, да к тому же есть возможность запастись ими впрок. Белорусы всегда были предусмотрительные.

Для приготовления копытков возьмите:

6 картофелин
1 столовую ложку пшеничной муки
соль
немного растительного масла для смазывания противня

Картофель очистить, натереть на мелкой терке и слегка отжать выделившийся сок. В полученную массу добавить муку и

соль по вкусу.

Хорошо перемешайте, присыпьте мукой стол, раскатайте тесто толщиной 1–1,5 см и разделите на квадратики (2 × 2 см). С помощью ножа перенесите их на смазанный маслом противень и запекайте до румяной корочки

20–25 минут.

На этом этапе копытки уже имеют хороший вкус. Их можно хранить в полотняном мешочке в сухом месте, а можно съесть как чипсы. Современный человек уж очень любит что-то хрустящее погрызть, а наши предки предпочитали скорее мягкую еду, поэтому копытки еще варили в подсоленной воде минут 10–15.

Подавать это блюдо лучше горячим с поджаренным луком и шкварками.

Драники

О, да! Куда же белорусы без драников! Однако существует мнение, что в Беларуси драники появились под влиянием немецких кулинарных традиций. И этому есть доказательство.

Впервые рецепт драников документально зафиксировал польский повар Ян Шытлер. И произошло это в 1830 году, когда из печати вышел труд Шытлера «*Кухар добра навучаны*». В этом кулинарном издании автор описал оладьи из картофеля, рецепт приготовления которых он позаимствовал из немецкой кухни.

Книга Шытлера была очень популярна, выдержала множество переизданий, что способствовало распространению рецепта драников. Впрочем, похожие блюда можно найти во многих кухнях мира, только под другими названиями: в Чехии — *брамбораки*, в Украине — *деруны*, в Германии — *Kartoffelpuffer*, в США — *хэш-брауны*. Так что, белорусы, путешествуйте и сравнивайте, чей драник наилучший.

В Беларуси драники традиционно ели на завтрак. В деревнях существовала интересная традиция: перед непосредственным употреблением этого блюда желательно было съесть всухомятку кусочек или корочку черного хлеба.

Самое лучшее, что можно подать к драникам, — это свежая домашняя сметана. Еще один способ подачи блюда — в горшочках, когда в глиняную посуду к уже приготовленным драникам добавляют домашнюю колбасу, лук, морковь, грибы,

сливки.

Приготовить традиционные белорусские драники предельно просто. Возьмем:

6 картофелин
1 луковицу
соль
растительное масло для жарки

Картофель очистить, помыть и натереть на мелкой терке вместе с луковицей. Добавить соль, перемешать и жарить как обычные оладьи. Это основной рецепт. Дальше — ваша фантазия и дело вкуса.

Бабка со свининой

Картофельная бабка — одно из самых популярных и любимых, после драников, конечно, блюд белорусской кухни. Способ приготовления и ингредиенты бабки практически одинаковые по всей Беларуси. Однако история происхождения этого блюда куда более древняя, чем появление самой картошки.

С библейских времен известна запеканка из перетертых или мелко порезанных овощей с добавлением муки и яиц, которая имеет восточный след. В еврейской традиции существовало похожее блюдо под названием «кугель», его готовили на праздник Песах. Основными ингредиентами чаще всего выступали морковь, тыква и кабачки. В наших краях рецепт пережил немалые изменения, и белорусские евреи начали готовить кугель из того, что росло рядом, прямо под окнами.

К концу XIX века простое и вкусное блюдо из картофеля стало привычным на столах не только евреев, но и белорусов, и литовцев, и украинцев. Кстати, литовцы не искали своего слова для обозначения этой запеканки и по сей день называют ее «кугель», только на свой манер — *кугелис*.

С белорусским названием история несколько иная. Столетиями бабкой называли сладкий пирог. Например, в польской кухне известна такая выпечка с цукатами, изюмом, орехами, пропитанная ромом и посыпанная сахарной пудрой. А поскольку картофельная запеканка была едой простых крестьян,

то и название блюда было ироничным. Дескать, вот такая бабка у мужиков.

Основой бабки всегда является картофель, а вот добавки могут быть разные: это и свинина, и грибы, и жареный лучок, и чернослив, и даже сыр и красная рыба. Экспериментируйте, пробуйте, не забывая про национальные традиции и парадоксы истории.

Для картофельной бабки со свининой вам понадобится:

10 картофелин
150 г свинины или грудинки
3–4 луковицы
1 столовая ложка муки
черный молотый перец, соль
растительное масло для обжарки и смазывания формы

Картофель очистить, натереть на мелкой терке вместе с одной луковицей, добавить муку и соль. Оставшийся лук и свинину мелко нарезать, обжарить на растительном масле до золотистого цвета и смешать с картофельной массой. Глубокую сковороду смазать маслом, выложить в нее будущую бабку и запекать в духовке около 40–50 минут при температуре 180 °С.

Подавать горячей со сметаной или молоком.

Картофельная тушенка с грибами

Велика и безгранична любовь белорусов к картошке. Блюда из этого корнеплода можно найти в национальных кухнях многих народов, но такое огромное количество рецептов из картофеля есть только у белорусов. Это связано с тем, что климатические условия Беларуси способствуют выращиванию этой культуры с большим содержанием крахмала, что и определяет высокие вкусовые качества. Для белорусов этот корнеплод стал «вторым хлебом».

Еще одной особенностью белорусской кухни являются названия блюд по основному ингредиенту или способу приготовления. Например, тушенкой называют все, что тушится. А если учесть, что тушение один из наиболее распространенных способов приготовления еды у белорусов, то и блюд с таким названием может быть много. Тушенка из картофеля, тушенка из овощей, тушенка из свинины с горохом… Рассмотрим вариант картофельной тушенки с грибами. *Вам понадобится:*

5–6 картофелин
350 г свежих лесных грибов или шампиньонов
столовые ложки сливочного масла

столовые ложки растительного масла
1 головку репчатого лука
300 г сметаны
1 столовую ложку муки
соль и перец по вкусу

Свежие лесные грибы (самые вкусные — белые) очистить, помыть, порезать крупные экземпляры, маленькие оставить нетронутыми. Затем залить водой и после закипания варить 30 минут (белые — 20 минут).

Картофель очистить, помыть и нарезать кусочками, обжарить его до полуготовности на растительном масле.

Репчатый лук мелко нарезать и пассеровать до золотистого цвета уже на сливочном масле (1 столовая ложка). Разогреть оставшееся масло на отдельной сковороде, добавить муку и также обжаривать до золотистого цвета. Затем влить сметану и довести до кипения.

Теперь завершающий этап — соединение ингредиентов. Подготовленные овощи и грибы положить в горшочек, залить сметанным соусом, посолить, поперчить, хорошо перемешать, поставить в духовку и тушить около

25 минут.

Если у вас нет лесных грибов, можно их заменить шампиньонами.

В этом случае шампиньоны достаточно порезать и обжарить вместе с луком, а далее — по рецепту.

Таркованка со свежими яблоками

Таркованная масса — термин белорусской кухни. Это сырой картофель, который натерли на мелкой терке и используют для приготовления различных блюд вместе с выделившимся соком. В белорусской, польской и литовской кухнях таркованная масса противопоставляется клинкованной массе, также приготовленной из сырого тертого картофеля, но отцеженной в клинке — мешочке конусовидной формы из холста.

Таркованная масса используется в таких блюдах белорусской кухни, как таркованные блины, таркованка, драники, копытка. Часто она соединяется с отварным картофельным пюре, мукой, яйцами, помогая своей влагой созданию более эластичных видов теста, с иным вкусом, нежели тесто из муки и воды или молока.

Таркованка — блюдо из таркованной картофельной массы со всевозможными добавками.

Для приготовления таркованки я яблоками необходимо взять:
6–8 картофелин
60 г сливочного масла
1 луковицу
100 г изюма
2 свежих средних яблока
соль, перец

Лук мелко нарезать и обжарить на сливочном масле. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нарезать тонкими ломтиками. Изюм замочить в горячей воде.

Картофель очистить, помыть, натереть на мелкой терке, добавить соль, перец, обжаренный лук, яблоки и изюм. Все хорошо перемешать.

Горшочек смазать маслом и выложить в него подготовленную массу. Поставить в духовку и запекать около часа при температуре 180 °С.

В течение этого времени горшочек 2–3 раза достать и перемешать содержимое, чтобы не пригорело.

Таркованка обладает нежным вкусом и хороша сама по себе, но истинные гурманы утверждают, что с молоком она еще вкуснее. 31

Блюда из рыбы

Для белорусской кулинарной традиции свойственно употребление молока как в чистом виде, так и в качестве ингредиента при приготовлении различных блюд.

Любопытные белорусы, экспериментируя, выяснили, что если варить речную рыбу в молоке, то можно не только избавиться от специфического запаха рыбы, но и получить очень нежный вкус.

Рыба, тушенная в молоке

Для этого блюда вам понадобится:
речная рыба — 3 штуки
2 небольшие луковицы
1 большая морковь
1 стакан молока
20 г сливочного масла
перец, соль

Рыбу очистить от чешуи, удалить внутренности, отрезать голову, помыть и натереть тушку перцем и солью. Сковороду смазать сливочным маслом, на дно уложить нарезанную небольшими кружочками морковь, на морковь выложить подготовленную рыбу, а на рыбу — нарезанный полукольцами лук. Все залить молоком и поставить в духовку запекаться на 40 минут.

Если у вас не хватает терпения возиться с костями, которых в речной рыбе много, используйте для этого рецепта либо уже готовое филе, либо морскую рыбу, например треску. Получится тоже вкусно.

Рыбные галки

Неизвестно, откуда у белорусов взялось это забавное название «галки», но блюдо получается весьма вкусное, хоть и простое в приготовлении. Галки очень напоминают фрикадельки или украинские галушки.

Галки готовили либо из гречневой муки, либо из рыбного фарша с добавлением муки. Отсюда появились два как бы различных блюда: гречневые галки со сметаной и рыбные галки с рыбным или грибным бульоном. Гречневые галки после отваривания иногда еще обжаривали на сале, а уже потом поливали сметаной. Рыбные же галки едят в супе или как отдельное блюдо и подают их с хреном.

Для рыбных галок вам понадобится:
500 г филе рыбы
1 луковица
1 яйцо
1 столовая ложка муки
кусочек белого хлеба
немного молока
перец, соль

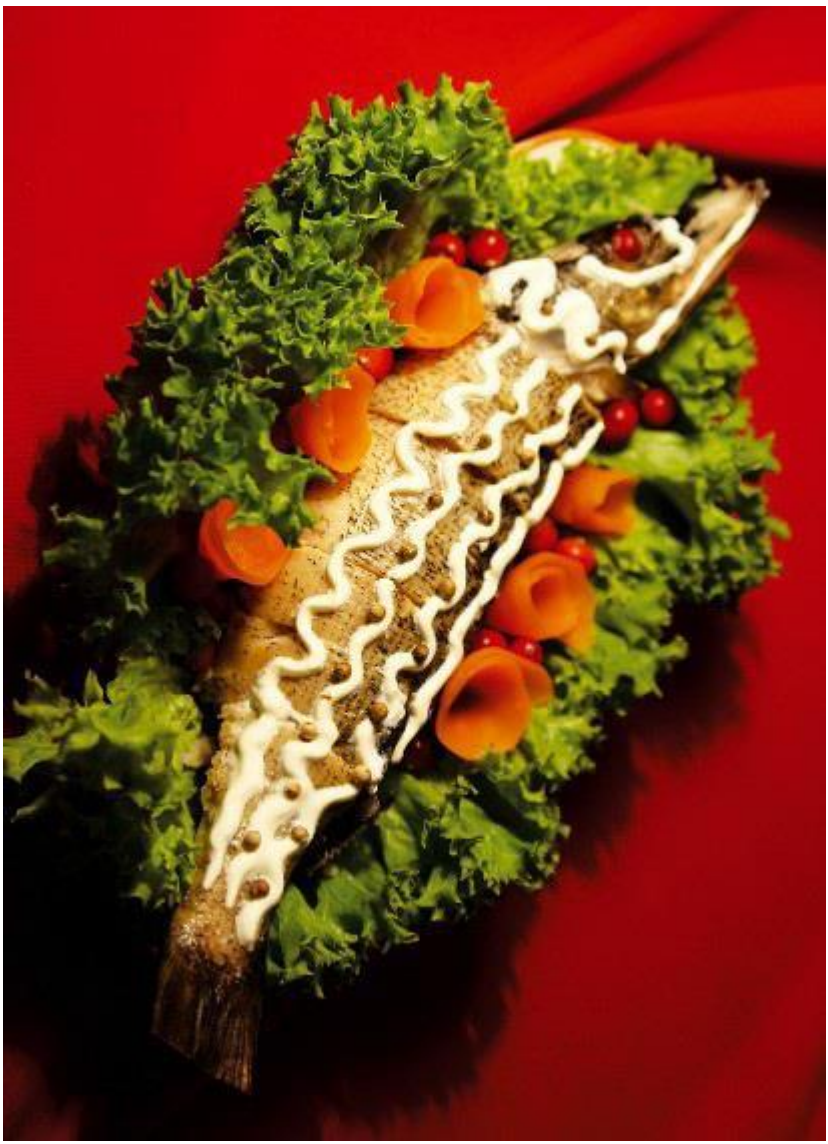
Лук натереть на мелкой терке. Филе рыбы пропустить через мясорубку вместе с размоченным в молоке хлебом, добавить лук,

яйцо, муку, поперчить и посолить. Из полученного фарша сформировать шарики величиной с грецкий орех и отварить в кипящей подсоленной воде. Готовые галки подать на листьях зеленого салата с хреном.

Возможен и другой способ. Сварите рыбный бульон из голов, костей и плавников с добавлением лаврового листа, перца, соли. В процеженный бульон опустите рыбные галки, и у вас получится как бы рыбная уха. А если выловить галки и заправить жидкость картофелем и морковью, добавив в конце варки галки, то это уже будет рыбный суп с фрикадельками.

Фаршированная щука

«Если вы не умеете готовить фаршированную рыбу — значит, вы не умеете готовить рыбу вообще», — говорила когда-то моя соседка Роза, собираясь вернуться на свою историческую родину в Израиль… И она была права: белорусы, по большому счету, не умели рыбу готовить, разве что пожарить, отварить с картошкой или в лучшем случае засолить либо высушить.



Все сложные рыбные блюда, такие как фаршированная и заливная рыба, нам достались от евреев, вопреки расхожему мнению, что фаршированная щука — это традиционное русское блюдо. Дело в том, что по русской кулинарной классификации эта хищная речная рыба принадлежит к черной рыбе, то есть к третьесортной. Ни как свежая рыба в ухе (пахнет тиной, жесткая), ни в качестве отварной или жареной (щука несравнима, например, с нежным и не имеющим запаха судаком), ни в виде запеченной в сметане на сковороде (для этого особенно подходят караси) — щука не может конкурировать ни с одним видом не только осетровых рыб, но и простых, используемых в русской кухне (карась, карп, линь, сазан, лещ).

Свой высокий кулинарный статус щука получила у еврейского народа, в целом довольно придирчиво относящегося к продуктам питания по исторической причине: для евреев щука оказалась единственной рыбой, на которую не претендовали как на свою «национальную» другие народы. При ее приготовлении специфический вкус мякоти смягчается дополнением других компонентов: яиц, хлеба, лука, моркови, пряностей. От щуки остается только кожа, в которую и завертывается щучий фарш.

А что же белорусы? Они довольствовались тем, что могли выловить в многочисленных реках и озерах, и были благодарны матушке природе за то, что имеют. Не брезговали они и щукой: ее использовали для приготовления рыбной юшки, жарили, тушили, а для особо торжественных случаев — фаршировали. Практически в каждой деревне были хозяйки, которые специализировались на приготовлении такой рыбы. Их приглашали в помощь при подготовке торжественного стола, они пользовались заслуженным уважением односельчан. Вариантов приготовления фаршированной щуки превеликое множество, мы же с вами рассмотрим основной, базовый, рецепт, где помимо щучьего мяса используется белый хлеб, лук, морковь. Освоив этот способ, можете экспериментировать, добавляя грибы, свинину, вместо хлеба — рис или гречку.

После фарширования щуку можно запекать в фольге или без нее, а также варить. В любом случае это блюдо получается очень вкусным, а если приложить немного фантазии и декорировать его, то еще и красивым — поистине украшение праздничного застолья.

Итак, вам понадобится:
1 щука (около килограмма весом)
несколько ломтиков белого хлеба
1 яйцо

1 луковица
1 отварная морковь
немного молока
перец, соль
овощи для отваривания щуки (небольшая свекла и морковь)

Каждый раз, когда попадается живая щука, то на мгновение мне кажется, что она сейчас предложит исполнить любое мое желание как в известной сказке и скажет человеческим голосом: «По щучьему велению, по моему хотению…». И тогда появляется только одно желание — чтобы щука сама себя нафаршировала и подала к праздничному столу. Поскольку подготовка рыбы к фаршировке — процесс весьма трудоемкий.

Однако каждый раз то ли щуки попадались неразговорчивые, то ли они желали вступать в диалог исключительно с представителями мужского пола — рыба не говорила мне ни слова. Если у вас такая же молчаливая щука, то вам придется повозиться: очистите ее от чешуи, удалите жабры, отрежьте голову и достаньте внутренности. После этого сполосните рыбу водой и начинайте острым ножом подрезать кожу по окружности со стороны головы, для большей сохранности оставляя на коже небольшой в 1–2 мм слой мяса. Освободившуюся кожу выворачивайте в направлении хвоста как чулок. Плавники вырезать не нужно.

Так, постепенно подрезая и выворачивая кожу, дойти до хвоста, отрезать кость, чтобы хвостовой плавник остался с кожей. Из полученной тушки вырезать хребет и удалить все крупные кости.

Белый хлеб замочить в молоке. Кстати, для того чтобы совсем избавиться от болотного запаха щуки, ее также можно выдержать в молоке минут 30.

Лук натереть на мелкой терке. Мясо с морковью и хлебом пропустить через мясорубку два раза, добавить лук, яйцо, поперчить, посолить и хорошо перемешать. Кожу заполнить полученным фаршем, но не очень туго, чтобы кожа не лопнула.

В утятницу налить воды, добавить кружочками нарезанную морковь, свеклу, посолить, довести до кипения, уменьшить огонь и опустить рыбу в овощной бульон. Варить 20–30 минут в зависимости от размера щуки. Если рыбная голова не помещается, ее можно отварить отдельно, после варки основной тушки.

Готовую щуку выложить на блюдо, сразу же разделить на порционные кусочки и украсить. Подают фаршированную щуку как холодную закуску — и она поистине является царицей стола.

Судак по-немански

Рецепт от ресторана «Камяница»
Ингридиенты
филе судака — 200 г
грибы белые — 70 г
лук репчатый — 120 г
сметана — 130 г
брусника замороженная — 25 г
вино красное — 30 г

Способ приготовления:

Филе судака обжаривают на растительном масле. Грибы обжаривают с луком и сметаной, добавляют вино. Обжаренную рыбу заливают получившимся соусом и ставят запекать на 5 минут. Украшают полученное блюдо лимоном, брусникой и зеленью.

Блюда из мяса и птицы

Баранина по-старолитовски

Сто лет назад, а то и более, баранина была достаточно популярным мясом, опережая даже телятину, уступая пальму первенства только свинине. Последний король польский и великий князь литовский Станислав Август Понятовский очень любил баранину. Его знаменитые обеды по четвергам славились торжественной подачей блюд из этого мяса, которые виртуозно готовил повар Павел Тремо.

В Беларуси пик популярности баранины отмечался в середине XIX века. А к концу столетия из-за развития промышленности ситуация начала меняться. Местное производство шерсти не могло конкурировать со странами, более приспособленными к овцеводству, и постепенно пошло на спад. Последний удар нанесла советская власть с ее ненавистью к частному хозяйству. Так что современный белорус баранину ест редко и наивно полагает, что это мясо употребляют исключительно восточные народы, да и то только в виде шашлыка. А ведь есть смысл задуматься о возвращении литвинско-белорусских овечек и баранов, поскольку и условия для разведения у нас есть (могли же наши предки), и своими диетическими свойствами баранина известна. Это мясо менее аллергенно, в меньшей степени способствует развитию атеросклероза в сравнении с другими сортами мяса. Возможно поэтому народы, употребляющие баранину, славятся своим

долголетием.

Давайте приготовим баранью ногу по рецепту наших предков. Для этого блюда вам понадобится:

баранья нога или вырезка весом 1–1,5 кг 1 луковица
молотый тмин
1 литр сыворотки или 0,5 литра кефира
черный молотый перец, соль
растительное масло для смазывания формы

Баранину вымочить в сыворотке или в кефире, разбавленном водой, 2–4 часа. Это делается для того, чтобы, во-первых, удалить специфический запах баранины, а во-вторых, чтобы мясо было нежнее. Затем баранину натереть солью, перцем, большим количеством молотого тмина и натертой на мелкой терке луковицей и оставить мариноваться еще на 1–2 часа.

Смажьте растительным маслом противень или форму, выложите мясо и поставьте запекаться на час или чуть больше. Не забывайте время от времени поливать баранину выделившимся соком. Подавать блюдо нужно горячим.

Вы, конечно, скорее всего, не Станислав Понятовский или, как минимум, не его повар. Но что вам мешает приготовить баранью ногу именно в четверг и пригласить своих друзей?

Мачанка

Мачанка, или маканка, — чисто белорусское изобретение. Это что-то, во что можно макать, чаще всего блины, иногда хлеб или отварной картофель.

Маканка может быть разной. Это и жареные шкварки (сало), со сметаной, и яйца, смешанные с мукой и молоком или водой, и размятый творог с молоком и сметаной. Но, конечно, самая

известная мачанка из свинины, сала, иногда из домашней колбасы, которую традиционно подавали к блинам. Готовится она совсем не сложно.

Вам понадобится:
200–300 г свинины или домашней колбасы
100 г сала или без него, кто как любит
2 луковицы
2 столовые ложки муки
черный молотый перец, соль

Сало, свинину или колбасу порезать на кусочки и обжарить с мелко нарезанным луком. Муку развести в небольшом количестве холодной воды, влить в кипящую воду и, помешивая, варить до образования однородной массы. В полученную мучную подливку добавить поджаренное мясо с луком, поперчить, посолить и поставить на 20 минут в духовку.

Второй способ: муку развести холодной водой и сразу влить в сковороду с поджаренным мясом и луком, поперчить, посолить. В этом случае блюдо довести до готовности на плите, постоянно помешивая, пока мачанка не загустеет.

Все, готово. Макайте себе на здоровье!

Пячиста с грибной поливкой

Пячиста — это большие куски мяса или целые тушки птиц, запеченные в печи. Раньше простые люди готовили мясо большими кусками, потому что это удобно, а для княжеского стола подавали целые тушки потому, что боялись быть отравленными.

Это блюдо может быть тушеным, когда мясо готовится в закрытой посуде, запеченным на открытом противне, а также вареным.

В последнем случае мясо кладут в глубокую форму, предварительно поперчив и посолив, добавляют лук и чеснок, немного воды, накрывают крышкой и ставят в печь или в духовку.

Пячисты готовили для праздничного стола и подавали с хреном, с различными соусами, например, клюквенным или брусничным. Хороша к пячисте и грибная поливка. Не верите? А давайте приготовим пячисту с грибной поливкой.

Вам понадобится:

Для пячисты:
1–1,5 кг свинины
1 луковица
молотые тмин и кориандр
молотый черный перец, соль

Для грибной поливки:

10–15 штук грибов (подберезовики, подосиновики, моховики,
а лучше всего боровики)
1 луковица
столовая ложка пшеничной муки
столовые ложки сливочного масла
200 г сметаны
150 г сыра
перец, соль

Мясо натереть солью, перцем, молотым тмином и кориандром, натертым на мелкой терке луком и оставить мариноваться на несколько часов. Затем уложить его на смазанный маслом противень и поставить в духовку запекаться при температуре 180–200 °С в течение часа или полутора, в зависимости от величины куска. В процессе приготовления мясо несколько раз полить выделившимся соком.

Пока наш мясной деликатес готовится, займемся поливкой. Грибы отварить, маленькие оставить целиком, большие порезать на части. Мелко нарезанный лук поджарить на сливочном масле до золотистого цвета, добавить к нему муку, прогреть несколько минут, помешивая.

Затем отправить в сковороду грибы, посолить, поперчить. Через несколько минут влить сметану и тушить 10 минут.

Если поливка получается слишком густая — разбавьте ее грибным бульоном. Последним в сковороду всыпьте натертый на крупной терке сыр, перемешайте и снимите с плиты.

Стенки горшочка смажьте сливочным маслом, переложите в него поливку, накройте горшочек крышкой и поставьте в духовку на 15 минут.

От готовой пячисты отрезать кусочки мяса и подавать с грибной поливкой.

Колбаски свиные с гречкой

Колбаса — древнейший продукт, символ достатка и благосостояния белорусов. И не только для людей, живших в период Советского Союза и ностальгирующих по дешевой колбасе за 1 рубль

20 копеек, но и для наших далеких предков. А готовить этот продукт умели еще греки и римляне. Белорусы не уступали им в кулинарном мастерстве, без колбасы не обходился ни один праздник. И с незапамятных времен колбаса занимала свое главенствующее место на столе. В особом почете был этот продукт питания как у шляхты, так и у крестьян, что нашло свое отражение в колядных песнях и поговорках.

Середина XVIII века стала периодом расцвета употребления колбасы для белорусов. В это время хороший шляхецкий повар должен был уметь готовить из колбасы *двенадцать* блюд, а королевский — *двадцать четыре*, в два раза больше.

Конечно же, существовала разница между кухней крестьянской и вельможной, но в тот период она выражалась в количестве и качестве блюд. Самая простая колбаса представляет собой свиную кишку, набитую посеченным или порезанным мясом с солью, перцем и чесноком. Технология изготовления (набивание кишки пальцем) и дало название этому типу колбасы — «пальцем пиханая» или «пальцовка». Этот продукт достаточно популярен и сегодня. Если белоруса спросить:

«Какая колбаса самая вкусная?» — он ответит, что, конечно

же, колбаса, которую делают в его деревне. И он будет прав, так как каждая хозяйка готовит ее по-своему. Вот уж, действительно, вкус, знакомый с детства.

В моей семье готовят свиные колбаски с гречкой. Самые ли они вкусные? Приготовьте и решите сами, рецептом поделюсь.

Итак, вам понадобится:
1 кг свинины
4 столовые ложки сырой гречки
1 луковица
1 яйцо
свиные кишки
черный молотый перец, соль

Гречку замочить на 6 часов или отварить до полуготовности. Свинину пропустить через мясорубку вместе с луковицей. В фарш добавить яйцо, отжатую гречку, перец, соль. Соотношение мяса и крупы должно быть от 5:1 до 2:1.

В колбаски также можно добавить молотые тмин и кориандр, чеснок или отварные грибы, которые следует пропустить через мясорубку вместе с мясом. Конечно, полученный фарш можно «запихивать» в кишки пальцами, но удобнее использовать специальную насадку для мясорубки.

Вы можете делать длинные колбаски, можете маленькие, как сосиски, все в вашей воле. Можно накрутить много колбасок и заморозить. Это очень удобно — достал из морозильника, кинул в кипяток на 10–15 минут — и домашний изыск у вас на тарелке.

Свежие колбаски можно запекать в духовке, но лучше отварить. Хороши колбаски с хреном или без, с гарниром или как самостоятельное блюдо.

Колдуны со свининой и грибами

Колдуны — это мучные изделия с начинкой внутри, напоминающие пельмени. Это старинное белорусское блюдо имеет восточные корни. В отличие от знаменитых русских пельменей, колдуны готовятся меньшего размера, на один укус, чтобы нежнейший сок оставался у вас во рту, а не на тарелке.

После появления картофеля белорусы стали готовить привычные для них блюда из этого крахмалистого корнеплода, в том числе и колдуны. Поэтому со временем возникла путаница.

С исторической точки зрения настоящие колдуны из теста, а все остальное — это драники с начинкой. Так что, если вы, заказав колдуны, получили блюдо из картофеля, то это не настоящие колдуны.

Предлагаю вам самим попробовать приготовить колдуны со свининой и грибами. Вам понадобится:

Для теста:
500 г муки
1 стакан молока
1 столовая ложка растительного масла
1 яйцо
соль

Для начинки:
300 г свинины
7–10 штук лесных грибов
1 луковица
1 яйцо
черный молотый перец, соль

Муку просеять, высыпать горкой на стол, сделать углубление, в которое вбить яйцо, влить теплое молоко, растительное масло, добавить щепотку соли и замесить тесто, которое оставить на 20 минут, чтобы проявились клейкие свойства муки.

Грибы отварить и вместе со свининой пропустить через мясорубку.

В полученную массу добавить натертую на мелкой терке луковицу, яйцо, перец, соль, хорошо перемешать. Если фарш получится жидковатым, можно добавить немного молотых сухарей или, в крайнем случае, муки.

Приготовленное тесто раскатать достаточно тонко, вырезать небольшие кружочки. В центр каждого кружочка ложечкой положить немного начинки и защипать края. Когда все колдуны будут слеплены, опускать их по одному в кипящую подсоленную воду и после всплытия варить 5–7 минут. Подавать со сметаной.

Голубцы с грибами и свининой

Если взять капустный лист, закрутить в него фарш из мяса и крупы, то получатся голубцы. Казалось бы, такое простое и всем известное блюдо, но история его возникновения сложна и запутана, как хороший детектив.

Считается, что название «голубцы» появилось сравнительно недавно, в XVIII–XIX веках. Не обошлось без влияния французских

кулинарных традиций, где было популярно блюдо из голубей, зажаренных целиком на решетке. Видимо, предкам белорусов не хватило фантазии придумать особое название этому кушанью, поэтому оно называлось просто «голуби». Голубей, наверно, на всех не хватало или отношение к голубям было не кулинарным, поэтому в то же время начали жарить «ложных голубей» — капустные листы, наполненные фаршем.

По другой версии, в XIV–XV веках голубцы были позаимствованы из татарской и турецкой кухонь, где они назывались и до сих пор называются «долма». «Ославянивание» этого мусульманского блюда заключалось в замене виноградных листьев капустными, бараньего мясо — свининой, риса в первое время — пшеном или гречкой. Голубцы были и в Греции. Современные греки бесхитростно называют их «капустная долма», тем самым отдавая должное в деле изобретения этого блюда именно туркам. Однако греки позабыли, что их предок Аристофан упоминал в одном из своих произведений о «капустных листьях со свининой» еще в 425 году до нашей эры.

Получается, что в разные эпохи в разных странах появлялось простое кулинарное решение: завернуть в большой лист или запихнуть в овощ немного вареного зерна и рубленого (позже перемолотого) мяса. Называлось полученное кушанье по-разному, но суть у него была одна. Но и это еще не все! Как вы, вероятно, знаете, листья крапивы или хрена позволяют сохранять мясо свежим два-три дня даже летом.

Наши пещерные предки вполне могли использовать большие листья растений с целью сохранения остатков пищи. Получается, что доисторические голубцы возникли не как еда, а как мини-холодильники.

Итак, для приготовления голубцов с грибами и свининой вам понадобится:

200 г свинины
200 г грибов (лесные или шампиньоны)
кочан капусты весом около 1 кг
100 г гречки
2 большие луковицы
1 большая морковка
черный молотый перец, лавровый лист, соль
растительное масло

Лесные грибы отварить, гречку сварить до полуготовности. 1 луковицу мелко нарезать и обжарить до золотистого цвета. Мясо вместе с отварными грибами пропустить через мясорубку,

добавить гречку, поджаренный лук, перец и соль. Если вы используете шампиньоны, то их варить не надо, а достаточно мелко нарезать, обжарить вместе с луком и добавить в фарш.

Главный секрет приготовления голубцов — это превращение листа капусты в мягкий, эластичный, податливый и легко раскусываемый и прожевываемый субстрат. Для этого необходимо бланшировать (слегка проварить) листья капусты в кипятке, еще лучше завернуть листья в фольгу и продержать их в духовке 5–7 минут. Эластичность повысится, прочность сохранится, а вкус значительно улучшится, в то же время капуста не потеряет своего сока, как при отваривании.

В подготовленные таким образом листья завернуть фарш. Дно кастрюли выстлать капустным листом и плотно друг к другу сложить голубцы.

Морковь натереть на крупной терке, оставшийся лук мелко порезать и все вместе обжарить на растительном масле. Полученную массу выложить на голубцы, залить отваром, в котором бланшировались листья, с небольшим добавлением грибного бульона или грибным бульоном, разведенным водой, если капустные листья запекались. Не забудьте положить несколько листиков лаврушки. Тушите на маленьком огне около 40 минут. Подавать голубцы со сметаной.

Блюда из зерновых культур

Кулеш молочный с тыквой

Кулеш относится к числу блюд, что называется, «между первым и вторым». Например, у венгров — это гуляш, у немцев — айнтопф, у восточных народов — шурпа, а у славян — кулеш. Есть мнение, что прародиной всем известного кулеша является венгерская каша из пшена — «келеш» (так по-венгерски называется пшено). Благодаря простоте приготовления, кулеш входил в рацион практически любого войска. Вспомним хотя бы казаков Запорожской Сечи, да и любой путешественник брал с собой в дорогу котелок, соль да мешочек крупы, а воду найти можно было всегда. А если у кого-то были припрятаны пара-тройка луковиц да кусочек сала, то непритязательная еда превращалась в праздничное яство.

Искать рецепт кулеша в старых поваренных книгах бесполезно, ибо это блюдо скорее народное. На господской кухне ему было не место, кулеш варили исключительно там, где много едоков, а возиться особо некогда. Это блюдо было распространено в армии и в среде рабочих и крестьян. В советской кухне кулеш существовал под псевдонимом «суп полевой».

В кулеше важна консистенция: у нормального блюда жидкая часть только покрывает крупу, в тарелке он не должен расслаиваться.

Традиционный кулеш с картошкой и салом приберегите для похода или рыбалки, а дома лучше приготовить нежный молочный кулеш с тыквой, для которого вам понадобится:

600 г тыквы
200 г пшена
1 литр молока
сахар, соль и сливочное масло по вкусу

Сварить жидкую пшенную кашу на воде до полуготовности. Тыкву очистить от кожуры, пропустить через мясорубку, залить горячим молоком и варить 10–15 минут.

Второй вариант: очищенную тыкву порезать на кусочки, отварить в молоке, а потом измельчить с помощью миксера.

Пюре из тыквы добавить в пшенную кашу, также добавить сахар, сливочное масло, соль по вкусу. Глиняный горшочек смазать маслом, переложить в него кулеш и поставить в духовку на 30 минут.

Кулеш готов. Очень вкусная, простая, сытная и недорогая еда! Можно накормить толпу неожиданных прожорливых гостей.

Овес был известен человечеству еще задолго до Рождества Христова, его выращивают уже четыре тысячи лет. Многие европейские народы на начальных этапах своего развития широко использовали овес, но позднее он был вытеснен другими культурами. Белорусы с незапамятных времен употребляли овес — зерно и овсяную муку. Многие рецепты дошли до наших дней, являясь свидетельством древней кулинарной традиции.

Это удивительное растение менее требовательно к условиям обитания, чем другие злаки, приживается на малоплодородных почвах, переносит заморозки. К тому же эта культура является лекарственным растением, которое используется в любой стадии своего развития.

Но, конечно, самая ценная часть — зерно, которое содержит до 18 % белка, 60 % углеводов и около 5 % жиров. Из этого ценного злака можно приготовить множество вкуснейших блюд: это каши, кисели, блины, оладьи.

Оладьи из овсяных хлопьев

Для овсяных оладий вам понадобится:
3 стакана овсяных хлопьев быстрого приготовления
500 мл молока
2 яйца
1 большое яблоко
0,5 чайной ложки соды (погасить уксусом)
1 столовая ложка сахара
0,5 чайной ложки соли
чайная ложка корицы
растительное масло для жарки

Овсяные хлопья залить кипящим молоком и оставить для набухания под крышкой. Яблоко очистить от кожуры, удалить сердцевину, разделить на 8 частей и порезать тонкими ломтиками.

Через 10–15 минут, когда овсяная масса немного остынет, добавить взбитые яйца, подготовленные яблоки, сахар, корицу, соль и соду, гашенную уксусом. Все хорошо перемешать. Выкладывать ложкой в разогретое масло небольшими порциями и обжаривать с обеих сторон. Можно подавать со сметаной.

А если вам ночью приснится овес, то это хороший знак: вас

ждет благополучный период. А есть овес во сне — к здоровью.

Закуски

В славные времена Великого княжества Литовского и Королевства Польского в поместьях знати было принято угощать приехавших гостей в приемной, чтобы до обеда они не чувствовали себя голодными. Подавали разные копчености — дичь, колбасы, окорока, а также копченую, вяленую или сушеную рыбу. Возможно, эта традиция и легла в основу возникновения такой привычной для европейца вещи, как закуска.

А какая закуска без такого деликатеса, как полендвица! Название происходит от белорусского слова «паляндвіца» и польского *polędwica*, которые имеют одинаковое значение — филейная часть животного.

Делали полендвицу из свинины, говядины, иногда из конины, двумя способами: коптили и завяливали.

Приготовить полендвицу в домашних условиях совсем не сложно, займет это у вас немного времени, но результата ваших усилий нужно дожидаться относительно долго — минимум 12 дней.

Но это того стоит, поверьте!

Полендвица

Итак, вам понадобится:
свиная вырезка
соль, кориандр и тмин
если кто любит ***лавровый лист, черный молотый перец***
пара зубчиков чеснока, опять-таки на любителя

Мясо тщательно натереть солью, положить в миску и, накрыв крышкой, поставить в холодильник на 5 суток. По истечении этого времени достать из холодильника и попробовать, надрезав кусочек. При необходимости вернуть обратно и оставить в холодильнике еще на пару суток.

Когда мясо просолится, удалить лишнюю соль и натереть мясо смесью пряностей: лавровый лист, перец, кориандр, тмин, чеснок — в пропорциях исключительно произвольных, которые определяются на глаз и на вкус. Если вам хочется сделать полендвицу поострее — добавьте красный перец. Затем подготовьте марлю или хлопчатобумажную ткань такого размера, чтобы мясо ложилось по диагонали и хватало еще бочка завернуть.

Подготовленную полендвицу завернуть в ткань, перевязать веревочкой бандерольной вязью и подвесить в хорошо проветриваемом месте, чтобы просохла. Готовая полендвица

храниться в холодильнике сколько угодно, только становится более сухой.

А вы собираетесь угощать гостей полендвицей перед обедом?

Студень

Студень — одно из самых популярных мясных блюд. Обычно наши предки готовили его лишь тогда, когда забивали скот: на Рождество, Пасху, на свадьбу, крестины, похороны. Это кушанье входило в состав обязательных блюд для торжественного стола, его всегда едят застывшим, отсюда и название. Слово «студень» происходит от слова «студить», а оно в свою очередь пошло от старославянского «студ», что значит «холод». К студню обязательно подавали хрен, который должен был поражать своей остротой.

Для того чтобы приготовить говяжий студень, вам понадобятся: различные субпродукты (говяжьи ноги, говяжьи и свиные уши, губы, кожа от свиных туш) — около 1 кг луковицы

1 большая морковь

1 корень петрушки лавровый лист черный перец горошком, соль

Ноги и все остальное разрезать на части, разрубив кости, и вымочить в холодной воде 3–4 часа. Затем хорошо промыть, сложить в кастрюлю, залить холодной водой так, чтобы ее уровень был выше уровня субпродуктов примерно на 10 см. Кастрюлю накрыть крышкой, после кипения огонь уменьшить и варить достаточно долго, около 6 часов, пока мясо не начнет отделяться от костей. Не забывайте периодически снимать накипь и лишний жир с поверхности бульона и подливать воду.

Примерно за час до окончания варки добавить очищенную и порезанную на несколько крупных частей морковь, лук, разрезанный на четыре части, корень петрушки, лавровый лист, немного

черного перца горошком. После завершения варки снять с поверхности весь жир, вынуть овощи и лавровый лист.

Готовые субпродукты отделить от костей и мелко порезать. Бульон процедить, еще раз вскипятить, добавить по вкусу соль. Мякоть разложить по формам, залить подготовленным бульоном и поставить в холодное место застывать.

Перед употреблением форму опустить в горячую воду, выложить студень на блюдо, разрезать на порционные кусочки и подать к столу с хреном.

Скибка с зеленью

1520-й год. Рыцари Тевтонского ордена держат осаду замка Ольштын, комендантом которого в это время был Николай Коперник. Среди осажденных разразилась эпидемия, причем, по наблюдению Коперника, болели те, кто употреблял в пищу хлеб.

Коперник предположил, что хлеб заражается при падении на землю. Тогда он предложил намазывать хлеб сливочным маслом, на котором после неудачного падения легко было заметить грязь. Таким методом Коперник будто бы победил эпидемию и изобрел первый бутерброд.

«Причем здесь Коперник?» — справедливо спросите вы. А притом. Легенда приписывает ему славу открытия первого бутерброда, в то время когда белорусы знали такой способ употребления хлеба с незапамятных времен, но называли его по-другому — скибкой. Намазывали на хлеб не только сливочное масло, но и растительное (льняное, оливковое, подсолнечное), мед, варенье.

Оригинальную скибку с зеленью предлагаю приготовить самим. Вам понадобится:

Буханка черного хлеба
по пучку зеленого лука, укропа, петрушки, черемши
2 яйца
можно плавленый сырок
сметана или майонез, соль

Хлеб нарезать кусками — скибами. Зелень промыть, мелко нарезать.

Яйца отварить, очистить от скорлупы, нарезать. Плавленый сырок размять вилкой. Все ингредиенты смешать, посолить и добавить сметану или майонез. Завершающий этап — намазать на

приготовленные куски хлеба.

Можно съесть такую скибку как обычный бутерброд, а можно использовать как закуску к пиву.

Мучные изделия и десерты

Пирог черничный с крушанками

Слово «пирог» образовалось от слова «пир» при помощи суффикса «–ог–» и имело значение «праздничный хлеб». По другой версии, это слово произошло от древнерусского слова «пыро», то есть пшеница, первоначально так и писали: «пырог». Верны оба варианта происхождения, потому что в те далекие времена пшеница была дорогой и хлеб из этого злака подавали только на пирах.

Со временем под влиянием слова «пир» звук «ы» изменился на «и», и мы получили современный пирог.

Сегодня мы рассмотрим старинный рецепт пирога с крушанками. Крушанки — это круто замешенное тесто из муки, масла и сахара, раскрошенное на поверхности пирога. Правильно было бы говорить «крошанки», от слова «крошки», но в обиход вошли именно «крушанки». В кулинарных книгах XIX века встречаются уже только «крушанки».

Для приготовления черничного пирога с крушанками вам понадобится:

250 г маргарина
300 г сахара
1 яйцо
450 г муки
1 чайная ложка сухой молотой цедры апельсина
½ чайной ложки соды
1 столовая ложка уксуса

щепотка соли
300–400 г свежей или замороженной черники

Маргарин разрезать на кусочки и при помощи вилки тщательно растереть с сахаром (200 г) до однородной массы. Затем добавить яйцо, соль, молотую цедру, соду, гашенную уксусом, хорошо перемешать. В подготовленную массу всыпать 400 г муки и быстро замесить тесто. Оно получается нежным, пластичным, хорошо принимает и сохраняет форму, из него можно лепить различные фигурки. Отделить от полученного теста треть — это будут наши крушанки.

Для начинки смешать чернику, 100 г сахара, 50 г муки. Мука нужна для того, чтобы начинка не была слишком жидкой.

Тесто раскатать в лепешку толщиной около 1 см, осторожно положить его в форму для запекания или сковороду, оформить бортик и выложить начинку. В оставшееся тесто добавить немного муки, чтобы оно стало более крутым, и раскрошить над пирогом или отрывать от теста маленькие кусочки и укладывать их на начинку.

Есть другой вариант. Можно тесто для пирога использовать полностью, а крушанки приготовить отдельно. Для этого взять 1 стакан муки, ½ стакана сахара, ½ стакана теплого сливочного масла или маргарина, замесить крутое тесто и раскрошить его на поверхности пирога.

Выпекать пирог в разогретой до 180–200 °С духовке 30–40 минут до золотистого цвета.

Кстати, в качестве начинки для этого пирога можно использовать яблоки, яблоки с брусникой, малину, землянику, крыжовник, ревень, вишни, клюкву с черносливом… Но это уже будет другая история.

Коврижка

По сути, коврижка — это большой пряник, который подавали на праздники или во время свадебного торжества. Во времена Великого княжества Литовского коврижки достигали веса одного пуда (чуть больше 16 кг) и более, а размером они были до 1–1,5 м в длину и до 1 м в ширину, высотой 6–10 см.

И это при условии, что коврижка состояла из двух наложенных друг на друга половинок, которые щедро промазывались повидлом или вареньем.

Крупные размеры позволяли легко перевозить коврижки (по сравнению с рассыпными пряниками), она дольше сохранялась в свежем виде. Это лакомство было удобно делить на разные по весу кусочки, что, несомненно, облегчало торговлю.

Для классического рецепта использовался мед, орехи и разнообразные пряности, а современная кулинария внесла свои поправки: коврижки пекут с добавлением варенья и кефира, конфет и шоколада, фруктов и цукатов, украшают глазурью и сахарной пудрой. И из праздничного блюда коврижка превратилась в более повседневную сладость, которую выпекают хозяйки к чаю, чтобы побаловать своих близких.

Для приготовления коврижки вам понадобится:
1 стакан сахара
стакан воды

столовые ложки меда
1 столовая ложка какао
1 столовая ложка молотого кофе
½ стакана растительного масла (рафинированного)
½ стакана изюма и орехов
мука (чтобы тесто достигло густоты сметаны)
1 чайная ложка корицы
½ чайной ложки молотой гвоздики
½ чайной ложки молотого кориандра
½ чайной ложки соды

Для прослойки:
200–250 г любого густого варенья или джема

Для глазури:
3 столовые ложки сахара
3 столовые ложки какао
3 столовые ложки сметаны
40 г сливочного масла

В кастрюлю налить воды, добавить сахар, растительное масло, мед и подогреть до полного растворения сахара и меда. В остывшую до 30 °C жидкость всыпать соду, какао и кофе, пряности, тщательно вымесить, чтобы не осталось комков. Добавить орехи, изюм и муку. Муки столько, сколько потребуется, чтобы тесто по густоте напоминало хорошую сметану.

Противень смазать растительным маслом, припорошить мукой и вылить на него полученное тесто. Выпекать в духовке 30–40 минут при температуре 180 °C.

Пока коврижка печется, мы приготовим глазурь. Для этого в кастрюле смешать сахар, какао и сметану, поставить на огонь и, постоянно помешивая, проварить 5–7 минут, добавив в конце сливочное масло.

Готовую коврижку разрезать на две равные части и наложить друг на друга, предварительно смазав джемом. Сверху этот гигантский пряник полить приготовленной глазурью. Немного подождать, чтобы глазурь застыла, и можно отрезать кусочек и наслаждаться.

Пряники смаком

История происхождения пряника уходит в языческие времена, когда восточные славяне в языческих жертвоприношениях заменили мясо животных изделиями из зерна. Из теста пекли фигурки животных для ритуального пиршества. Эти обычаи просуществовали около пяти веков, и только к началу XVI века это печенье потеряло культовое значение, но осталось символом праздника.

В IX веке пряники назывались «медовым хлебом» или «медовиком» и представляли собой смесь ржаной муки с медом и ягодным соком, причем мед составлял половину от всех других ингредиентов.

В XVII–XVIII веках, с появлением экзотических пряностей, привезенных из Индии и Дальнего Востока, пряник получил свое название и приобрел форму лакомства, известного нам.

Пряник — от слова пряный, которое в свою очередь образовано от слова перец, обозначавшего пряности, приправы. Пряники пекли разные, их вкус зависел не только от теста, но и от добавок и пряностей, которые в старину называли «сухими духами». Наиболее популярными были: черный перец, померанцевая (апельсиновая) корка, лимон, мята, ваниль, имбирь, анис, тмин, мускат, гвоздика.

По способу приготовления пряники делят на три вида:

печатные, вырезные и лепные.

Печатный пряник изготавливался с помощью пряничной доски, сделанной из дерева твердой породы. В одной старинной сказке говорилось: «Учали богатыри есть пряники печатные; запивать их винами заморскими». Самый известный печатный пряник с давних времен выпекают в Туле; упоминание о нем содержится в писцовой книге 1685 года.

Вырезной пряник вырезается из теста с помощью металлической формы — самый простой и эффективный способ. Такая технология приготовления пряников особенно была распространена на Беларуси: вытесняли специальными формами фигурки людей, животных или просто резали на ромбы ножом и выпекали на подсыпанных крахмалом сухих листьях.

Лепить пряники руками — самый древний способ.

Особую народную любовь пряники имели в XVII–XIX веках, когда это лакомство выпекали в каждой местности по своим традиционным рецептам, которые передавались из поколения в поколение.

Для приготовления пряников с маком вам понадобится:
около 6 стаканов муки
1 стакан кефира
3 яйца
6 столовых ложек сахара
2 столовые ложки меда
150 г сливочного масла
2 столовые ложки мака
щепотка соли

В просеянную муку вбить яйца, добавить сахар, соль, размягченное сливочное масло, сухой мак, понемногу влить кефир и замесить тесто. Оставить его на 20 минут, после чего раскатать до толщины 1,5 см, вырезать небольшие кружочки и уложить их на смазанный растительным маслом противень. Готовые, еще горячие пряники смазать медом и посыпать маком.

Цукаты апельсиновые

1518-й год. Королева Бона вместе со свитой в 300 человек приезжает к мужу — королю Сигизмунду в столицу Великого княжества Литовского, после их свадьбы в Италии. Торжественный въезд супружеской королевской четы сопровождали более десяти тысяч представителей знати, а дорога была выстлана коврами и цветами.

Исторические славянские хроники отзываются о Боне не очень любезно, хотя именно она привнесла итальянскую роскошь в литовский княжеский и польский королевский двор. На столах виленских магнатов появились апельсины, лимоны, инжир, изюм, миндаль, в замках впервые зазвучали голоса экзотических птиц, а дамы надели открытые платья с глубоким декольте.

Так началась история появления апельсинов в Беларуси. Этот фрукт был дорогим, подавался поштучно на самых пышных застольях.

Поэтому неудивительно, что экономные белорусы использовали и кожуру этого ценного цитрусового.

Апельсиновые цукаты, или, как их еще называли, «померанцевый десерт», получили широкое распространение к XVIII веку. В домах знати их хранили в «аптечке приятной». Это был специальный подвесной шкаф, этакий аналог современного мини-бара.

В нем держали приправы, наливки, такие экзотические товары, как чай и кофе, а также цукаты. Обычно ключ от «аптечки приятной» находился в распоряжении хозяйки дома или ее

доверенного лица. Открывали этот шкафчик между основными приемами пищи или по случаю визита гостей.

Приготовление цукатов требует времени и терпения, но ваши старания будут вознаграждены — сладость никого не оставит равнодушным.

Для приготовления апельсиновых цукатов вам понадобится:
кожура 3–4 апельсинов
1 стакан сахара
1,5 стакана воды

С крупных оранжевых толстокожих апельсинов снять кожуру, надрезав ее на 6 сегментов. Положить кожуру в банку, залить холодной водой и настаивать 3–5 дней, меняя воду утром и вечером.

Вымоченные корки разрезать пополам, затем на поперечные дольки не шире 1 см. Подготовленные корки уложить в кастрюлю, залить водой, добавить сахар и хорошо перемешать. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить, периодически помешивая, 40–50 минут до полного испарения жидкости. Горячие цукаты разложить на просторной тарелке, остудить и обвалять в сахарной пудре.

И еще немного о королеве Боне. Именно в годы ее правления наступает расцвет для многих белорусских городов, появляется регулярная линейная планировка улиц, развиваются ремесла и торговля. Во втором по значимости городе Великого княжества Литовского — Гродно — построили водопровод. Пружаны получили магдебургские привилегии вместе со статусом города, городской печатью и гербом.

Блины по старинному рецепту

В старину, пожалуй, никакое другое блюдо славянской кухни не могло сравниться по популярности с блинами.

Блин сопровождал человека всю жизнь — от рождения (роженицу кормили блином) и до самой смерти (обязательное блюдо во время поминальных обрядов). Никто не знает, когда блины впервые появились на нашем столе, но известно, что они

были ритуальным блюдом еще в языческие времена и олицетворяли бога Солнца. Говорят, что пристрастил людей к этому лакомству не кто иной, как библейский царь Давид, который по случаю празднеств раздавал всем по «блину сковородному».

Слово «блин» происходит от слова «млын». Первоначально «млынами» называли лепешки из гречневой муки, печенные на масле. Скорее всего, блины появились даже раньше хлеба.

Любовь белорусов к блинам не знала границ и рецептов их приготовления было превеликое множество: из овсяной, ржаной, гречишной, ячменной, гороховой и, наконец, пшеничной муки, а еще молочные, яичные, дрожжевые. Блины ели не просто так, а со всевозможными соусами — мачанками, а блины с икрой — это уже чисто русская традиция. В качестве мачанки часто выступала верещака.

В былые времена блины имели сакральное значение и связывались с идеей пожертвования, дара, послания близким, и в первую очередь — умершим родственникам. Блин несли за гробом и потом оставляли на могиле.

Традиционно выпечкой блинов, как и хлеба, занимались только женщины. Считалось, если заниматься блинами будет мужчина, то у него не вырастет борода. А сам блин символизировал женщину, ее соблазнительную красоту. Так что дерзкий парень, попросивший у девушки «спячы блінка», мог получить за это добрую оплеуху.

Ну, а Масленица без блинов вовсе не Масленица… Но это тема для отдельной книги.

Мы же с вами будем готовить блины по старинному рецепту. Для этого возьмем:

фунт манных круп или гречневой муки (где-то 2 стакана)
фунт пшеничной муки (тоже 2 стакана)
30–35 г дрожжей
4–5 стаканов молока
5 желтков
5 белков
растительное масло для жарки
половинку луковицы для смазывания сковороды

Смешиваем манную крупу с пшеничной мукой и заливаем 1–1,5 стакана теплого (около 40 °С) молока, чтобы получилась густая масса. Как только она чуть остынет, добавляем дрожжи, разведенные в небольшом количестве молока, и хорошо вымешиваем тесто.

Ставим опару в теплое место, накрываем полотенцем и оставляем на 40–50 минут, чтобы подошла. Когда тесто увеличится в объеме, его нужно обмять и добавить еще 3 стакана теплого молока. Опять хорошо перемешать и дать подойти.

Через 30 минут, когда тесто подошло уже достаточно, вливаем тоненькой струйкой взбитые желтки, перемешиваем и опять оставляем тесто для подхода. Еще через 30 минут вливаем 1–2 стакана горячего молока (здесь можно и воды), перемешиваем и оставляем на 15 минут. В это время охлажденные белки взбиваем в крепкую пену и добавляем в тесто.

Все, наконец-то блины можно жарить.

Лучше это делать на чугунной сковородке, каждый раз смазывая половинкой луковицы, насаженной на вилку, которую предварительно обмакнуть в растительное масло. Блинов получится целая гора, и невольно вспоминается Масленичная поговорка: «Ешь блинов столько, сколько раз собака хвостом махнет».

Крендель

В классическом понимании крендель — кондитерское изделие из сдобного теста, которое внешне напоминает «восьмерку».

В переводе с немецкого слово «крендель» означает «сгибать», «закручивать». Особенно распространен был крендель в южной Германии, где он назывался «бретцель» и в XVIII являлся фирменным знаком цеха немецких пекарей.

В русском языке слово «крендель» появилось в 1724 году благодаря Петру I. Император привез лакомство из Выборга, жители которого долгое время держали в тайне способ его приготовления. Новинка настолько пришлась по вкусу, что спустя столетия мы уже уверены, что крендель — это исконно наше лакомство.

Существует легенда, согласно которой некий правитель за какую-то провинность собирался казнить пекаря, но дал ему последний шанс избежать казни, если он изобретет новый хлеб, через «который можно трижды увидеть солнце». Возьмите в руки крендель, взгляните через него на небо и станет понятно, почему находчивый парень не был казнен.

В настоящее время варианты изготовления кренделей неистощимых на выдумки кулинаров не поддаются описанию.

Они посыпаются маком, семенами кунжута, тыквы и подсолнечника, сахаром, запекаются с сыром, ломтиками колбасы, бывают с разной, в том числе и сладкой, начинкой.

Однако настоящие немецкие «бретцели» посыпаются только солью. В Беларуси, к слову сказать, такой способ приготовления не прижился. В наших краях кренделя пекли как сладкое лакомство, которое пользовалось заслуженной популярностью, о чем свидетельствует большое количество фамилий с корнем «крендель».

Для того чтобы испечь десяток среднего размера кренделей, мы возьмем:

600 г муки
300 мл молока
100 г сливочного масла
150 г сахара
3 яйца
100 г изюма
50 г миндаля
30 г дрожжей
щепотку соли

Обычно в рецептах пишут: «Приготовьте тесто опарным способом». Следующее предложение: «Готовое тесто…» А между этими предложениями скрыто магическое действо, доступное, как считают многие, «поварам-небожителям» со специальным образованием, а не простой хозяйке, читающей эту книгу. Так вот, раскрываю секреты, которые позволят вам не бояться дрожжевого теста.

Начнем с опары. Для этого дрожжи разминаем вилкой, добавляем

1 столовую ложку сахара и немного теплого молока, ставим в теплое место. Дрожжи, как люди, любят, чтобы было сладко и тепло, и не переносят сквозняков.

Муку (400 г) просеиваем через сито, даже если это мука хорошего качества. Данная процедура способствует обогащению ее кислородом, что придаст пышность готовому продукту. В середине делаем углубление и вливаем теплое (не более 40 ˚С) молоко, добавляем немного соли, перемешиваем. Соль нужна для того, что придать пластичность тесту.

Добавляем подошедшие дрожжи, еще раз перемешиваем. Считается, что мешать дрожжевое тесто нужно только руками и только в одном направлении: либо по часовой стрелке, либо против. Накрываем емкость полотенцем, чтобы опара «дышала», и ставим в теплое место на час.

Когда опара увеличится в размерах (значит, дрожжевым культурам у вас понравилось), тесто нужно обмять и добавить растопленное масло, взбитые в пену яйца вместе с сахаром и остаток просеянной муки. Руки смазать растительным маслом и хорошо вымесить тесто.

Опять накрыть его полотенцем и дать подойти. Для этого понадобится от 30 до 60 минут.

Выкладываем тесто на стол, добавляем в него измельченный

миндаль и изюм, перемешиваем. Оставляем, накрыв полотенцем, на 15–20 минут.

Затем подсыпаем на стол немного муки, делим тесто на части и раскатываем «колбаски», которые формируем на смазанном растительном масле противне в кренделя. Даем 20–25 минут на расстойку и ставим в разогретую до 200 °С духовку. Готовые кренделя можно посыпать сахарной пудрой.

Яблоки, запеченные с брусникой

В старинной белорусской кухне было немного сладостей. Наши предки, к примеру, не знали тортов, пирожных, конфет — всего того, без чего мы не можем представить себе наш стол. В те далекие времена роль десертов выполняли кулага, печеные яблоки, свежие ягоды и фрукты. Яблоки, запеченные с брусникой, — блюдо несложное в приготовлении, но достаточно вкусное и, главное, полезное.

Для приготовления этого традиционного десерта вам понадобятся:

яблоки
сахар
брусника

Из свежих яблок удалить сердцевину, сделать углубление, куда засыпать бруснику, смешанную с сахаром. Подготовленные яблоки уложить на противень, подлить немного воды и поставить в духовку, разогретую до 150 °C, на 40–50 минут в зависимости от размера яблок.

Готовые яблоки можно полить медом или посыпать сахарной пудрой.

Налистники с творогом

Слово «налистник» имеет значение какого-либо теста, которое наливают на сковороду, то есть жидкого и хорошо льющегося, из чего получается тонкий блинчик. Это блюдо имеет польское происхождение. На территории Беларуси и России этот десерт получил распространение во второй половине XIX века.

Начинку, в качестве которой раньше традиционно использовался только творог, современные повара могут заменить джемом или свежими ягодами, перетертыми с сахаром. Ее просто заворачивают в тонкий блин и поливают растопленным сливочным маслом или сладким соусом, например, ванильным. При подаче на стол налистники нарезаются так, чтобы было видно, как чередуются слои творога или другой начинки и теста.

Для налистников с творогом вам понадобится:
400 мл молока
1 яйцо
4 столовые ложки пшеничной муки
½ столовой ложки сахара
¼ чайной ложки соли

Для начинки:
150 г творога
1 столовая ложка сахара
желток

щепотка ванилина

Смешать молоко, яйцо, сахар, соль и муку, чтобы получилось жидкое тесто. Выпекать блинчики на сковороде, смазанной растительным маслом.

Творог протереть с сахаром и желтком, добавить ванилин. На готовые блинчики-налистники выложить начинку и завернуть, как рулет. Подавать блинчики в горячем виде, полив растопленным сливочным маслом или ванильным соусом.

Можете воспользоваться одним из самых простых и быстрых способов приготовления ванильного соуса, для которого вам понадобится:

желтка
2 столовые ложки сахара
1 столовая ложка крахмала
100 мл молока
150 мл 10 % сливок
5 г ванилина (1 пакетик)

Желтки растереть вилкой с сахаром и ванилином, добавить сливки, перемешать. Поставить на водяную баню получившуюся смесь и, помешивая, влить холодное молоко, в котором предварительно растворить крахмал. Помешивать соус, пока не загустеет, не давая ему вскипеть. Быстро, просто и вкусно!

Кулага черничная

Кулага — старинное кушанье, которое традиционно готовили в день Ивана Купала.

История происхождения этого праздника уходит корнями в древние языческие времена. Первоначально название его было несколько иное, а именно Купало, и посвящалось языческому божеству Купале. Славяне отмечали праздник летнего солнцестояния, когда день был самым длинным, а ночь самой короткой.

Христианская церковь связала этот праздник с днем рождения Иоанна Крестителя, и именно слияние двух праздников и дало современное название — Ивана Купала. Во многих странах Европы он отмечается 22–23 июня, а в Беларуси Купала перестал иметь астрономическое значение и празднуется 6–7 июля, так как православная церковь живет по старому стилю.

Для современного белоруса кулага утратила ритуальный смысл и стала простым и полезным лакомством.

Для приготовления кулаги вам понадобятся черника, но подойдут и любые свежие ягоды — клубника, земляника, малина, брусника, голубика. Можно также взять сливы и вишни, но тогда из них нужно достать косточки. Посуду для кулаги наполовину заполнить ягодами, наполовину — водой и поставить на огонь.

Когда ягоды разварятся, подсыпать ржаной муки и мешать, пока кулага не станет густой, как кисель. Кстати, муку можно подрумянить на сухой сковороде до золотистого цвета, что придаст готовому блюду легкий сливочный вкус. Затем добавить сахар или мед, а можно и то, и другое. Кулагу можно есть как горячей, так и холодной.

На 300 г ягод возьмите 300 мл воды, 2–3 столовые ложки ржаной муки, 3–4 столовые ложки сахара или меда. Но это примерные пропорции ингредиентов, потому что все зависит от вашего вкуса: вы можете добавить меньше сахара, больше ягод и меньше муки, тогда кулага получится более жидкая. А можно и наоборот, сделать ее слаще и гуще, если вам так нравится. Блюдо

это очень демократично, здесь нет строгих правил, кроме одного, использовать только один вид ягод.

Напитки (алкогольные и безалкогольные)

Франция славится своим коньяком и шампанским. Испания славится винами, Германия — пивом, Россия — водкой. Шотландию все знают по ее великолепному виски, Мексику — по текиле, Японию — по сакэ. Чем же славится Беларусь? Конечно же, крамбамбу́лей, алкогольным напитком, изготовленным на основе меда и пряностей. Пьется как холодным, так и горячим. Этот легендарный, ни с чем несравнимый, напиток бодрил и вдохновлял наших предков. Кубки с чудесной крамбамбулей поднимались и в пышных дворцах магнатов, и в веселых придорожных корчмах! Она объединяла дружеские застолья.

Многие исследователи считают, что крамбамбуля исконно белорусский напиток, который получил широкую известность на территории Великого княжества начиная с XVIII века. В доказательство этой версии приводится факт, что в то время из Индии уже были хорошо налажены поставки специй, без которых крамбамбуля и не крамбамбуля вовсе.

Крамбамбуля

Между тем приготовить этот чудесный напиток очень просто. Чем мы сейчас и займемся. Нам понадобится:

0,5 л водки
чайная ложка корицы
чайные ложки молотой гвоздики
щепотка молотого мускатного ореха
½ чайной ложки молотого черного перца
несколько корочек (сухих или свежих) апельсина
2–3 столовые ложки меда

Открыть бутылку водки, отлить стакан и смешать его со

стаканом воды. В полученную жидкость добавить специи, апельсиновые корки, довести до кипения, уменьшить огонь и варить еще 5 минут. Снять с плиты, дать остыть до 60 °С, влить оставшуюся водку и добавить мед. Накрыть крышкой и настаивать несколько часов. Затем процедить через несколько слоев марли.

«Крамбамбуля» готова!

Мятная наливка

Домашнюю наливку из мяты обычно запоминают надолго — изумрудного цвета жидкость с нежным изысканным ароматом. В следующий раз ваш гость обязательно спросит: «А не осталось ли еще наливки?»

Раньше это напиток подавали к десерту в маленьких рюмочках — килишках. Дамам рекомендовалось принимать

небольшое количество наливки для тонуса и улучшения цвета кожи лица.

Между тем приготовить наливку совсем не сложно. Вам понадобится:

два больших пучка свежей мяты (только свежей, а еще лучше свежесрезанной)
0,5 л водки
200 г сахара
700 мл воды

Листья мяты вымыть и очень мелко порезать. Открыть бутылку водки, чуть-чуть отлить содержимое и всыпать внутрь мяту, или, точнее, запихнуть ее туда. Закрыть пробкой и настаивать 21 день на свету, периодически взбалтывая. По истечении указанного времени водку процедить через несколько слоев марли.

В кастрюле подогреть воду, растворить в ней сахар и дать остыть. Остывший сироп смешать с процеженной мятной водкой. Наливка готова. Сахара можно добавить больше или меньше в зависимости от вашего вкуса.

Наслаждайтесь, дамы! Лучшего напитка для женских посиделок просто не найти.

Сбитень

Сбитень — горячий напиток, отвар из трав и пряностей, подслащенный медом или сахаром. Пили его в основном в холодное время года, осенью и зимой.

Известен сбитень с начала XII века, продавался он на рынках и в местах больших скоплений людей. Первые самовары были предназначены именно для сбитня. До конца XVII века этот напиток был распространен и в общественном, и в домашнем питании, но затем начал постепенно уступать место чаю. В народной памяти сбитень сохранился в виде травяных составляющих — белорусы до сих пор любят пить чай из мяты, липы или зверобоя. Вариантов приготовления сбитня много. Попробуйте вот такой рецепт.

Для сбитня вам понадобится:
1 л воды
3 столовые ложки меда
1 чайная ложка корицы
3–5 бутонов гвоздики
1 столовая ложка тертого имбиря
3–5 горошин черного перца
1 столовая ложка сухой мяты
3–5 капсул кардамона
1 звездочка бадьяна или ½ чайной ложки аниса

В кипящую воду добавить специи и мяту, уменьшить огонь и прокипятить 10 минут. Сахар можно всыпать сразу в готовящийся напиток, но если вы используете мед, то его следует добавить в сбитень тогда, когда он немного остынет (до 60 °С). Готовый сбитень горячим. Это очень хорошее средство для укрепления иммунитета и профилактики простудных заболеваний.

Морс брусничный

Человек, который придерживается здорового образа жизни, не может обойти своим вниманием такую ягоду, как брусника.

В ней много витамина С, каротина и полезных органических кислот. Еще полезны эти ягоды тем, что они отлично тонизируют. Но постоянно есть бруснику невозможно — кислая ягода вряд ли способна обогатить каждодневный рацион человека. А вот морс — другое дело. Не прибегая к лишним усилиям, и не тратя много времени, можно приготовить этот тонизирующий напиток, который наши предки заслуженно почитали с давних времен.

Ягоды собирали в лесах и заготавливали впрок на зимний период, чтобы всегда иметь под рукой источник полезных для организма веществ. Готовили ягодные морсы чаще всего с добавлением меда — еще одного весьма полезного продукта.

Однако не многие знают, что морсы из разных ягод не только утоляют жажду, но и выступают в роли лекарей. Например, морс из клюквы рекомендуют принимать при гипертонии, бронхите, атеросклерозе, а также при авитаминозе и малокровии. Морсы из черники и ежевики помогают работе пищеварительной системы, способствуют укреплению иммунитета, успокаивающе действуют

на нервную систему. А употребление черничного морса еще помогает улучшить зрение.

Существует несколько рекомендаций приготовления морса.

Для сохранения витаминов, аромата и натурального цвета из ягод предварительно отжимают сок, который затем соединяют с отваром, полученным после варки.

Подают напитки охлажденными, в бокалах, фужерах, стаканах или кувшинах.

Можно подавать морсы с пищевым льдом, который кладут в напиток или подают отдельно.

Морс приготовить совсем не сложно, и для этого вам понадобится:

150 г брусники (клюквы)

120 г сахара

1 л воды

Свежие ягоды промыть, растереть в ступке и отжать сок, который поставить в холодное место. Оставшийся жмых залить горячей водой, довести до кипения, затем на слабом огне проварить 5 минут.

Снять с плиты и дать настояться под крышкой 25–30 минут.

После этого отвар процедить, добавить сахар, размешать до полного его растворения. Последним влить охлажденный сок.

Пейте брусничный морс и знайте, что он защитит вас от простудных заболеваний.

Кисель из красной смородины

Кисель — одно из древнейших славянских блюд. Способ приготовления киселя на основе картофельного крахмала, который сейчас распространен в Беларуси, появился только в начале XX века. А раньше технология была несколько иная. Брали овсяные зерна, поджаривали их, мололи, просеивали, полученную муку запаривали кипятком, немного охлаждали, добавляли кусочек черного хлеба и оставляли в теплом месте на ночь заквашиваться. Именно потому, что перед варкой смесь должна была хорошо скиснуть, это блюдо и получило название — кисель.

В пост свежий сваренный кисель заправляли конопляным или маковым «молоком». Для приготовления этого «молока» мак или коноплю растирали в ступке до однородной массы, разводили горячей водой, размешивали, потом отстаивали и процеживали. Эта жидкость имела серый цвет и по вкусу напоминала разведенное водой молоко.

Если же хотели сделать кисло-сладкий кисель, то в него добавляли свежие или сушеные ягоды с медом, разливали в миски и охлаждали.

Начатую миску полагалось съесть за один раз, в противном случае в киселе появлялась вода, он становился невкусным, откуда и поговорка:

«Седьмая вода на киселе». Правильным считался густой кисель. Белорусы готовили кисель из ягод только одного вида, например, черники, земляники, брусники и др., не смешивая.

Вот такой моно кисель мы и будем готовить.

Вам понадобится:
850 мл воды
400 мл перетертых ягод красной смородины
столовые ложки сахара
столовые ложки картофельного крахмала
лимонная кислота на кончике ножа

Возьмите ягоды красной смородины, переберите, промойте и измельчите. Отожмите сок, который сразу же следует слить в какую-либо посуду, (в старых книгах советуют, использовать только фарфоровую) и поставить в холодильник.

Оставшуюся ягодную массу выложить в кастрюлю, залить горячей водой, добавить сахар и кипятить 5 минут, после чего, дав немного остыть, процедить через марлю или частое сито. В готовый сироп влить картофельный крахмал, предварительно разведенный холодной водой, быстро довести до кипения, постоянно помешивая. Как только кисель загустеет, нагревание прекратить, соединить кисель с охлажденным соком, добавить немного лимонной кислоты, размешать и разлить по тарелкам или формочкам.

А знаете ли вы, что в старину кисель входил в число торжественных блюд и его, как правило, подавали в завершение трапезы. Кисель служил своеобразным знаком окончания застолья.